



清水歯科クリニック
清水真木雄先生

歯医者さんから ひとこと



歯の健康を保つためには、歯みがきの仕方や食習慣など毎日の積み重ねが大切です。お母さんが歯に関心を持ってきちんと手入れしている家庭の子どもはやはり健康です。「歯がもともと弱いから」と話されるかたもありますが、遺伝ではなく、一つの生活習慣病だと考えてください。治療と日頃の心構えで十分良くなります。

大人のかたは、自覚症状が出てから病院にいらっしゃるので病気の症状がかなり進んでいることが多いです。30歳代から増える歯周疾患は歯の命を奪うこわい病気。歯周疾患になると、胃腸や心臓などにも影響を及ぼすとも言われています。減った歯ぐきは戻ってきません。年1回でも病院で歯の状態をチェックするなど、自分のお口に関心を持ってほしいと思います。早く病気を見つけて治療すれば、痛みもその分少なくて済みますよ。

7月から40歳と50歳のかたに 歯周疾患の検診を行います

対象者に受診券をお送りします

いつまでも自分の歯で食べられるように、節目検診として、40歳と50歳のかたを対象に歯周疾患の検診を行います。対象となるかたには、6月末頃に受診券をお送りします。7月から10月までの間に、秋田市内にある128か所の受託医療機関で受診してください。検診料500円。詳しくは6月22日号でもお知らせします。

問い合わせ 保健予防課☎(883)1176



寝たきりのかたの 歯科健診

寝たきりで歯科医院へ出かけることのできないかたが対象です。歯科医師と歯科衛生士がうかがい、歯の健診と相談を無料で行います。

申し込み 保健予防課☎(883)1178

成人歯科相談

歯科衛生士が月1回、歯周病、むし歯などの相談に無料で応じます。電話で予約を。

とき / 6月25日(月)午前9時30分～正午

ところ / 市保健センター

申し込み 保健予防課

☎(883)1176

西部地区健康のつどい

しそうのうろろ

歯槽膿漏の講演会

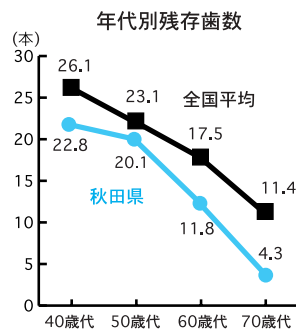
西部地区保健推進員会の主催。新屋、勝平、豊岩、浜田、下浜地区のかたが対象です。歯槽膿漏について歯科医師が講演。参加無料。直接会場へ。とき / 6月29日(金)午後1時10分～3時15分

ところ / アトリエももさだ

問い合わせ 保健予防課

☎(883)1174

大人の歯は全部で二十八本（親知らずを含むと三十二本あります。残っている歯の数は年齢別に見ると、五十歳代では約二十本（下グラフ参照）。そして、六十歳代以降になると急速に歯を失い、七十歳代では四・三本にまで減ってしまいます。



歯磨きで歯垢（プラーク）を取り除くこと。歯磨きには人それぞれくせがあるので、歯科医にアドバイスしてもらったことをおすすめてください。歯石を取り除きましょう。歯周疾患は、歯が動く、膿が出るなど自覚症状がある状態で、定期検診で、早期発見、早期治療を心がけましょう。喫煙はお口の抵抗力を弱めます。禁煙をしましょう。



おとな編

歯周疾患予防のポイント